

# Spargel-Flammkuchen mit Speck und Sauerrahm

Ein Minikoch-Rezept zum Nachkochen von Sternekoch Jörg Sackmann



## Das brauchst du:

10 g	Hefe
130 ml	Wasser
etwas	Zucker
250 g	Mehl
etwas	Salz
80 g	luftgetrockneter Speck (in dünne Scheiben geschnitten)
je 4 Stangen	weißer und grüner Spargel
50 g	Quark
130 g	Crème fraîche
1	Eigelb
2 EL	Olivenöl
1 Zweig	Thymian
2 EL	Sauerrahm
1	Bio-Limette

## Und so geht's:

Die *Hefe* im lauwarmen *Wasser* auflösen, 1 Prise *Zucker* zugeben und glattrühren. *Mehl* und 1 Prise *Salz* in eine Schüssel geben, das Hefe-Wasser hinzufügen und alles zu einem glatten Teig kneten. Den Teig etwa 30 Minuten gehen lassen. Den Backofen auf 250 Grad (Umluft 230 Grad) vorheizen.

Die *Speckscheiben* in Streifen schneiden. *Spargelstangen* schälen und die Enden abschneiden. Spargelstangen in schräge, dünne Scheiben schneiden. *Quark*, *Crème fraîche* und *Eigelb* verrühren und mit *Salz*, *Pfeffer* und einer Prise *Zucker* würzen.

Den Teig portionsweise sehr dünn ausrollen und auf ein gefettetes oder mit Backpapier belegtes Blech legen. Mit der *Quarkmasse* bestreichen, *Spargel* und *Speck* darauf verteilen, würzen und mit *Olivenöl* beträufeln. Im vorgeheizten Ofen knusprig ausbacken.

*Thymianblättchen* vom Zweig streifen und mit *Sauerrahm* vermischen. Die *Limette* heiß abwaschen, etwas Schale abreiben und Saft auspressen. *Sauerrahm* mit etwas *Limettenschale*, 1 Spritzer *Limettensaft*, *Salz* und *Pfeffer* würzen.

Flammkuchen auf Teller geben und mit je 1 Nocke *Sauerrahm* garnieren.



Viel Spaß beim Kochen und guten Appetit wünscht dir dein Murgel und das ganze Team der Baiersbronn Touristik. Übrigens: Unter [www.baiersbronn.de/murgels-spielhaus](http://www.baiersbronn.de/murgels-spielhaus) findest du viele tolle Spielideen und Bastelvorlagen.

Mehr Schwarzwald gibt's nirgends!